



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

V-152 - MODIFICACIÓN DEL ESTILO DE VIDA EN POBLACIÓN INFANTIL OBESA METABÓLICAMENTE SANA

M. Ruiz Moreno¹, C. Gallardo Escribano¹, A. Vargas Candela¹, A. Vilches Pérez², M. López Carmona¹, L. Pérez Belmonte¹, R. Gómez Huelgas¹ y M. Bernal López¹

¹IBIMA. Departamento de Medicina Interna. Hospital Regional Universitario de Málaga. Málaga. ²IBIMA. Departamento de nutrición y endocrinología. Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria. Málaga.

Resumen

Objetivos: El objetivo de este estudio fue analizar el impacto de la modificación del estilo de vida durante 12 meses de intervención basada en dieta Mediterránea y ejercicio físico en población infantil metabólicamente sana (OMSi).

Material y métodos: Se incluyeron 131 OMSi con ? 1 de los siguientes criterios: circunferencia de cintura y tensión arterial ? percentil 90, triglicéridos > 150 mg/dl, HDL-c 40 mg/dl o alteración de la glucosa basal. Tras 12 meses de intervención basada en la modificación del estilo de vida se analizaron parámetros antropométricos, perfiles lipídico, glucémico e inflamatorio, niveles de adipokinas, adherencia a dieta mediterránea, consumo energético, ejercicio físico, composición corporal y grosor de la íntima media carotídea.

Resultados: Se incluyeron 131 OMSi (70 niños y 61 niñas; p = 0,65) (edad: $7,9 \pm 1,3$ años, IMC: $24,7 \pm 3,5$ kg/m²). Observamos una mejora significativa en la adherencia a la dieta mediterránea (+2 puntos) y ejercicio físico tras una intervención de 12 meses de duración. Parte de la población estudiada consiguió una reducción significativa del IMC ($-1,0 \pm 1,15$ kg/m²), el peso corporal ($-2,0 \pm 1,8$ kg) y la circunferencia de la cintura ($-4,5 \pm 3,2$ cm). Además, observamos una mejora significativa de los parámetros analíticos en los niveles de insulina y el índice HOMA en el perfil glucémico. La población total no modificó la actividad física moderada-vigorosa, sí mostrando variaciones en la masa magra además de una mejora en el consumo de nutrientes cardiosaludables y una reducción del grosor de la íntima media carotídea.

Conclusiones: Una intervención de 12 meses de duración basada en la pérdida de peso con dieta mediterránea y actividad física en OMSi mejora la resistencia a la insulina, el consumo lipídico y la práctica de actividad física moderada- vigorosa así como una reducción del grosor de la íntima media carotídea patológica.

Bibliografía

1. Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. BMJ. 2000;320(7244):1240-3.